

SPF Seniorerna Lund Centrum 2020

Nyhetsbrev nr 5



Bästa SPF-medlemmar

Som vi förutskickade i förra nyhetsbrevet har inget blivit som vi tänkt oss. Vi har inga aktiviteter att se tillbaka på sen sist och vi har inga aktiviteter framför oss att redovisa.

Styrelsen har nyligen haft ett nytt sammanträde *per capsulam*. Vi fattade då beslut om att **ställa in resterande aktiviteter i vårprogrammet**. Beslutet gäller även bokcirklar, golfklubben samt promenadgrupper i SPF Lund Centrums regi.

Även om vi som förening inte organiserar några sammankomster så kan vi som individer på egen hand eller i små grupper fortsätta att träffas utomhus om vi vidtager rekommenderade försiktighetsåtgärder. Ingen mår bra av att sitta instängd utan det är bättre att fortsätta att röra på sig ute i det vackra vårvädret.

Nu när vi inte kan ta del av planerade kulturaktiviteter på plats finns en hel del på nätet från Malmö Opera, Malmö Live, Kungliga Operan, Dramaten etc. Även andra länders operahus och teatrar har material på nätet.

För den som saknar sina ordinarie gympapass finns många möjligheter. På SVT kan du varje vardag träna med Sofia hemma i ditt vardagsrum *Hemmagymna med Sofia* På Youtube finns flera träningsalternativ att pigga upp sig med.

HJÄLP MED INKÖP AV MAT ETC.

Lunds Kommun erbjuder stöttning med inköp av mat och dylikt, se rutan.

Vi har tidigare skickat ut ett separat meddelande om detta

Vill du ha stöttning med anledning av coronaviruset?

Du som tillhör en riskgrupp eller av andra orsaker behöver hjälp på grund av coronaviruset – du kan få hjälp av frivilliga krafter genom Lunds kommun.

Exempel på tjänster du kan få hjälp med är inköp av mat, att gå ut med hunden eller köp av receptfria mediciner. Tjänsten är gratis.

Här hittar du mer information om hur du söker hjälp:

Telefon: 046-359 48 72

Webb: lund.se



KOMMUNENS TRÄFFPUNKTER FÖR SENIORER

Vi har fått följande meddelande från Lunds kommun för spridning till våra medlemmar.

Träffpunkterna stängda 16 mars – 19 juni

För att minimera riskerna för spridning av coronaviruset och för att skydda våra medborgare håller kommunens Träffpunkter för seniorer stängt **16 mars – 19 juni**. Vid behov kan detta förlängas.

Tack för din förståelse!

HABO GÅRD

Vi har också fått nedanstående meddelande från Habo Gård.

Habo gård park och trädgård – ej öppet i maj

Då utevistelse är gynnsamt för hälsan hade vi förberett för att hålla park och trädgård på Habo Gård öppen för besök i maj månad, utifrån Folkhälsomyndighetens riktlinjer om att anpassa besöken på ett sådant sätt att det minimerar riskerna för smittspridning.

Vi har nu märkt av en betydande ökning av spontana, lokala besök till utemiljön runtomkring Habo Gård varför vi nu bedömer att det finns en hög risk att antalet människor på gården blir högre än att vi kan upprätthålla Folkhälsomyndighetens riktlinjer. Vi beklagar detta och hoppas att ni har förståelse för att omständigheterna snabbt kan förändras i dessa tider.

Om du har frågor kan du kontakta **Marie Westerberg** Verksamhetssamordnare Habo Gård, telefon 046-359 77 43, <http://www.lund.se/habogard>



Många av oss inom SPF är 70+ och tillhör därmed en riskgrupp, vilket kräver ett nytt förhållningssätt från vår sida. Detta bidrar till att många nu upplever en social isolering, ensamhet och en ökande oro för vad som skall komma.

Vad kan vi då göra? Vad bör vi göra?

Mycket handlar om vanligt sunt förnuft och lite medmänsklighet.

Känner du någon senior som är ensam – slå en signal!

Har du en senior som granne – ta kontakt!

En kontakt med en medmänniska, som kanske inte har någon som ringer eller kommer på besök, kan betyda mycket.

Det är flera av våra medlemmar som inte har e-post. Om du vet någon som inte har det är vi tacksamma om du informerar om innehållet i detta nyhetsbrev.

Ta hand om dig och ta hand om varandra!

Styrelsen

SPF Seniorerna Lund Centrum

Det går inte att svara på detta mejl men du kan nå oss på: info@spflundcentrum.se